

Deze menukaart is bestemd voor patiënten die gebruik moeten maken van voeding met een aangepaste consistentie: IDDSI 5 - fijn gemalen en smeuiĝ. De menukaart bevat losse componenten vlees, vis of vegetarisch, éénpansgerechten, stampotten en groenten. Op de menukaart staat per gerecht ook aangegeven hoeveel gram eiwit het gerecht bevat. Daarnaast wordt aangegeven of het gerecht natriumbepert, vegetarisch, halal en/ of lactosevrij of -bepert is. Daarnaast worden er voorbeelden gegeven om een maaltijd samen te stellen.

Raadpleeg de overige verstrekkingen voor geschikte IDDSI tussendoortjes.

menukaart

**aangepaste
consistentie
IDDSI 5**

fijngemalen &
smeuiĝ

	Eiwit	Lactose	Natriumbepakt	Vegetarisch	Halal
Vlees/vis/vegetarisch					
Runderlap met jus	22,5		Na-		
Kipgehakt met jus	21,0		Na-		
Hamlap met jus	19,5		Na-		
Goulash rundvlees, paprika, ui, tomaat	13,5	vrij	Na-		
Vis met roomsaus pangasiusfilet, witte roomsaus	16,0		Na-		﷥
Ei met tomatensaus tomaat, ei, bouillon	9,5	bep.	Na-	✓	﷥
Vegetarische kip kerrie vega kip, kerrie, champignon, paprika	11,0	bep.	Na-	✓	﷥
Vegetarische hachee quorn, kaneel, ui, peper, groentebouillon	10,5	vrij	Na-	✓	﷥
Vegetarische kipsaté vega kip en satésaus	20,0	vrij	Na-	✓	﷥
Zetmeel					
Aardappelpuree	3,0	vrij	Na-	✓	﷥
Risotto	1,5		Na-	✓	﷥
Andijvie stampot aardappel, andijvie, groentebouillon, mosterd	4,5		Na-	✓	﷥
Bami met ei mie, prei, kool, ui, wortel, ei en satésaus	8,5		Na-	✓	﷥
Hutspot aardappel, wortel, ui, mosterd, groentebouillon	3,7		Na-	✓	﷥
Hete bliksem stampot aardappel, appel, appelmoes, groentebouillon	3,0		Na-	✓	﷥
Groenten					
Bloemkool	1,5	vrij	Na-	✓	﷥
Broccoli met saus bechamelsaus	2,0	bep.	Na-	✓	﷥
Groentemix bloemkool, broccoli, wortel	1,5	vrij	Na-	✓	﷥
Spinazie á la crème	3,0		Na-	✓	﷥
Rode kool met appel	1,0	vrij	Na-	✓	﷥
Witlof met saus bechamelsaus	1,5		Na-	✓	﷥
Wortel	0,5	vrij	Na-	✓	﷥
Groentecurry kikkererwt, bloemkool, sperziebonen, wortel, tomaat, kokosmelk	2,5		Na-	✓	﷥

Samengesteld gerecht

Pasta bolognese pasta met gehakt, tomaat, champignon, wortel, paprika en ui	16,0	vrij	Na-		
--	------	------	-----	--	--

Voorbeeld gerechten

Hamlap met jus, aardappelpuree en rode kool met appel

Kipgehakt met jus, aardappelpuree en spinazie

Runderlap met jus en andijviestampot

Goulash met risotto en wortel

Vis in roomsaus met risotto en groentemix

Ei in tomatensaus met aardappelpuree en broccoli

Groentecurry met risotto

Bami met ei en kipsaté

Tip: De gerechten op de menukaart zijn ook geschikt om als tussendoortje aan te bieden. Bijvoorbeeld: goulash of groentecurry. Gerechten van de cyclus die IDDSI 5 zijn, mogen ook worden aangeboden.

IDDSI 5